

※1週間の総運動時間の算出方法についてはP. 2を参照のこと。

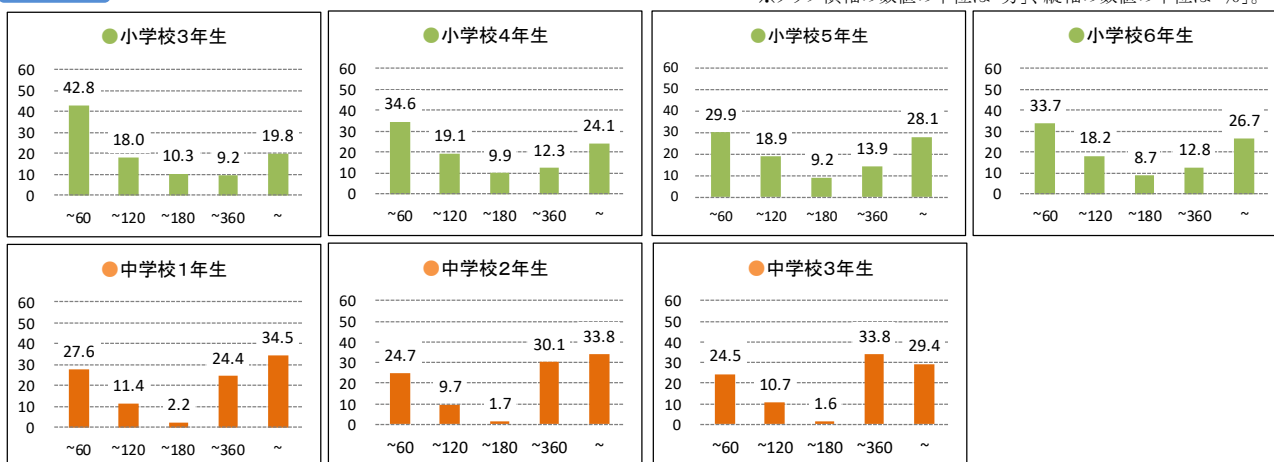
2 1週間の総運動時間と体力・運動能力

体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間は、60分未満の割合は、小学校男子は30~40%程度、中学校男子は25%程度、小学校女子は45~55%程度、中学校女子は35~45%程度であった。また、体力合計点と比較してみると、1週間で360分以上運動している児童生徒のグループは、1週間で360分未満のグループより、小学校男女で7点程度、中学校男子で6点程度、中学校女子で8点程度、体力合計点の平均値が高かった。

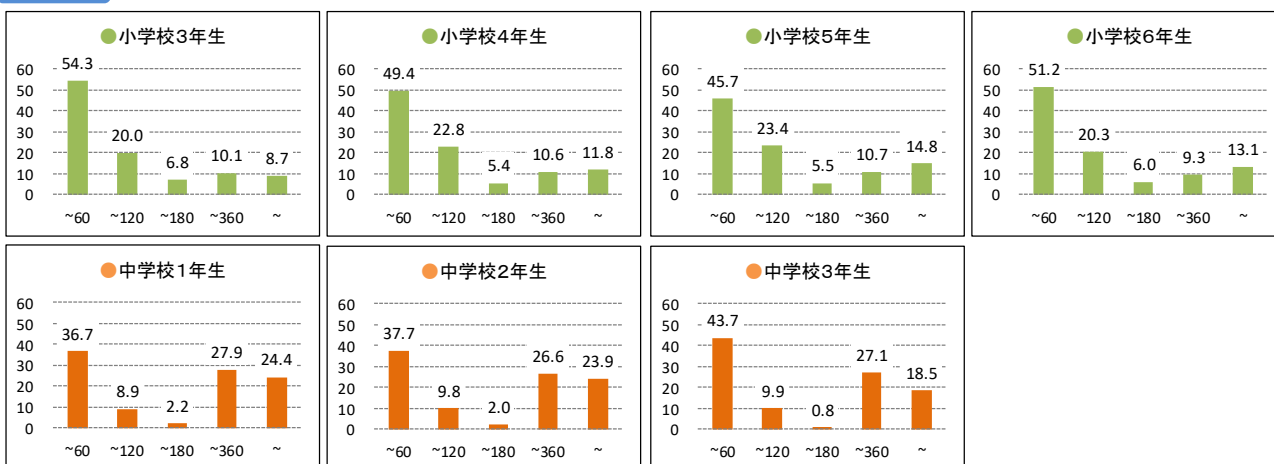
<1> 1週間の運動時間の分布

男子

※グラフ横軸の数値の単位は「分」、縦軸の数値の単位は「%」。



女子

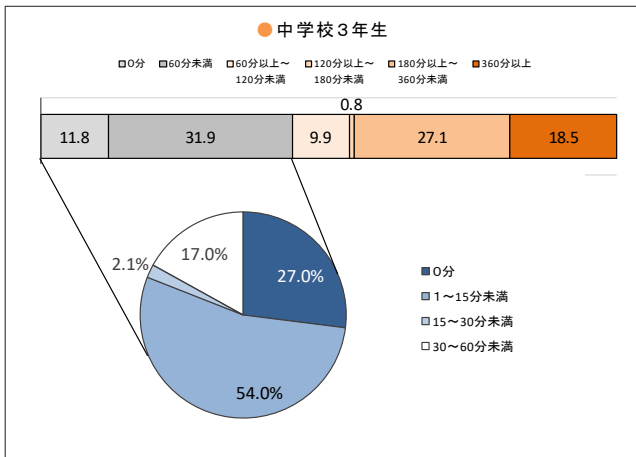
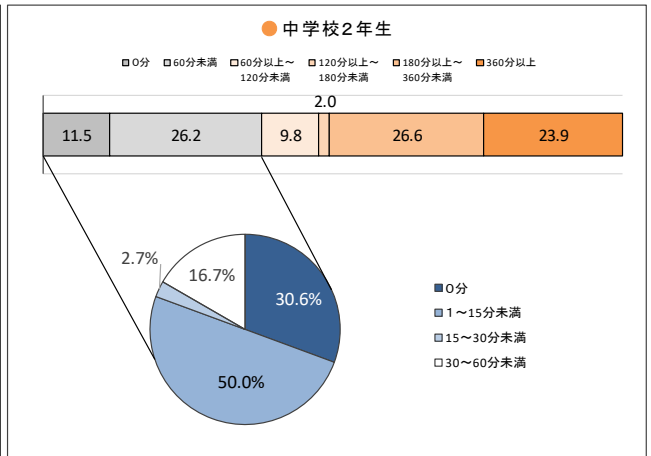
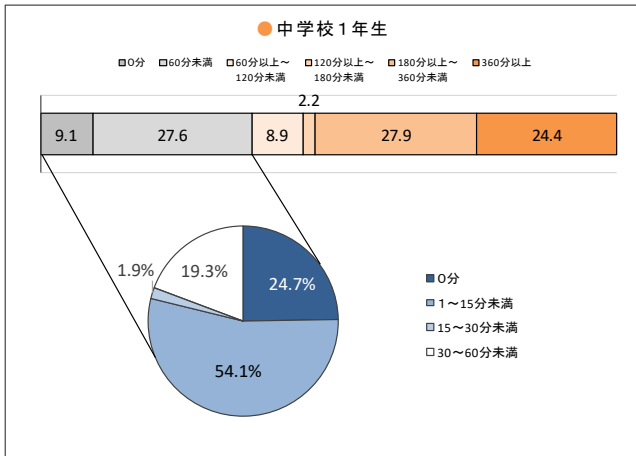
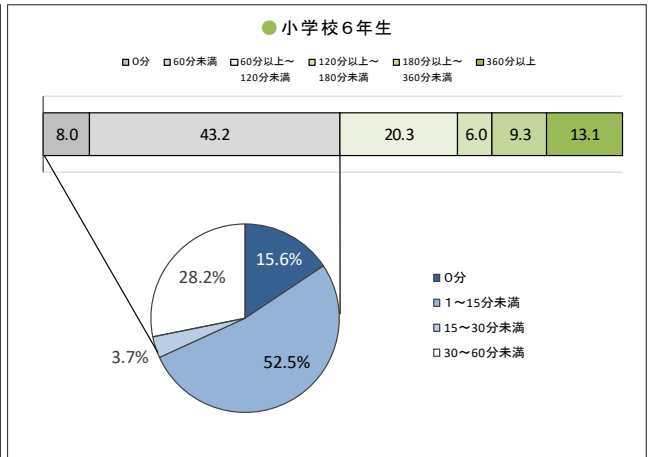
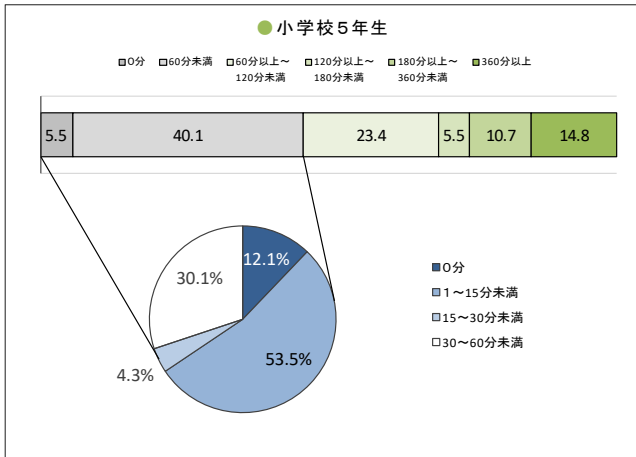
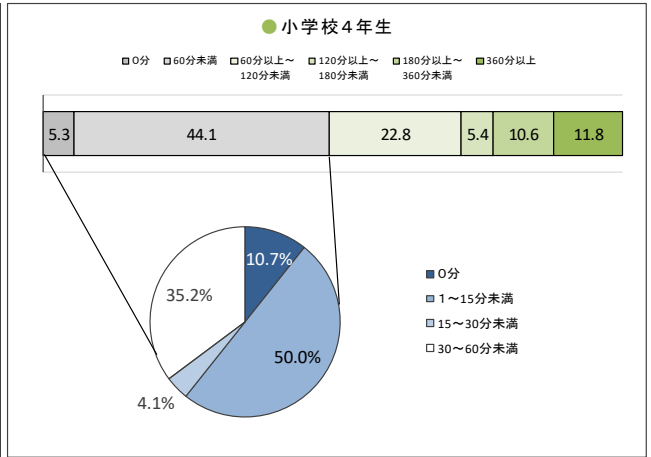
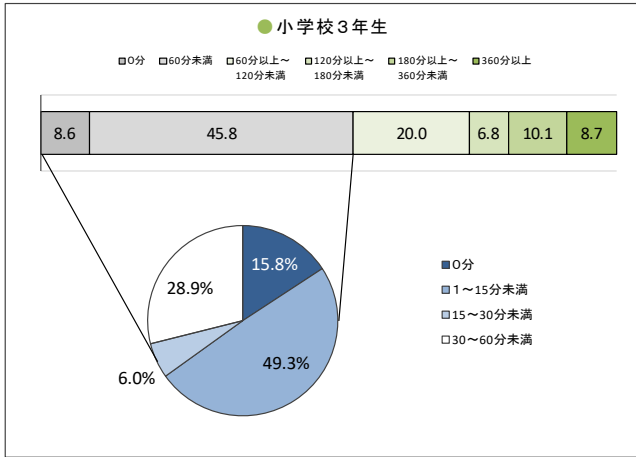


<2> 1週間の総運動時間の内訳

男子



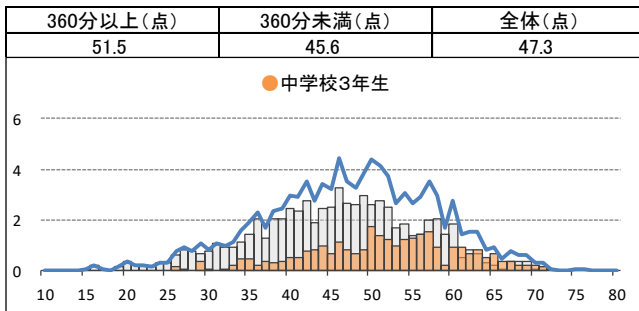
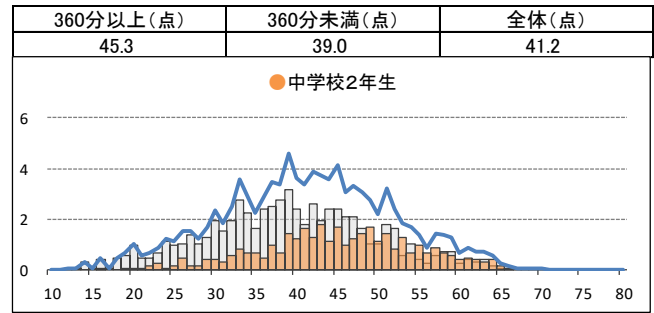
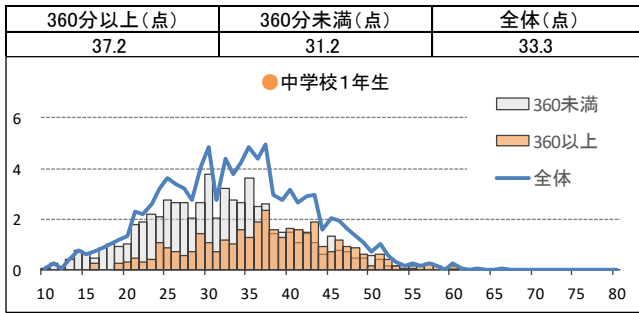
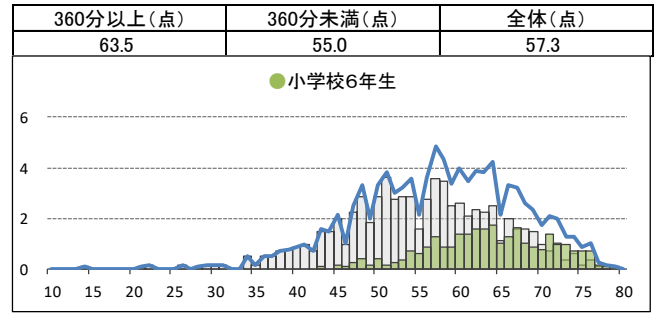
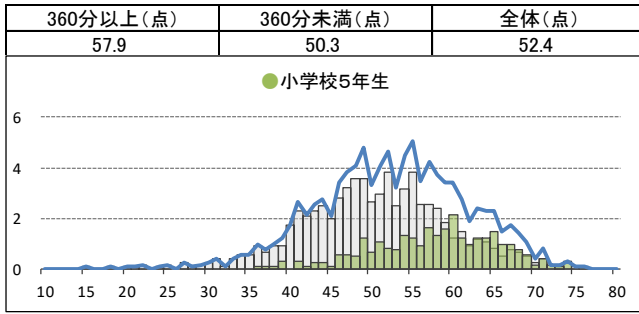
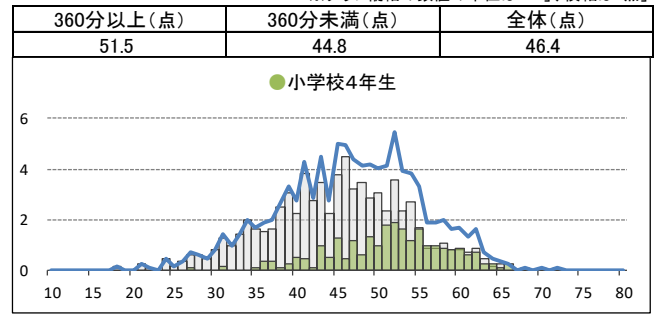
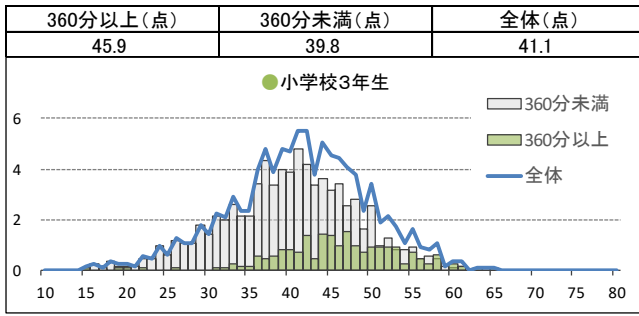
女子



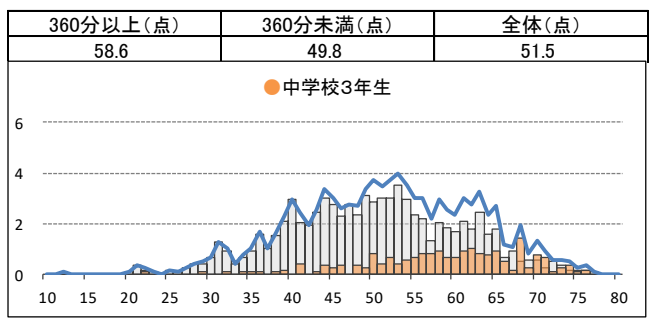
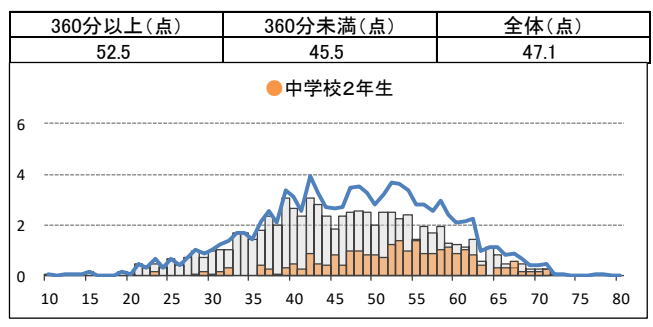
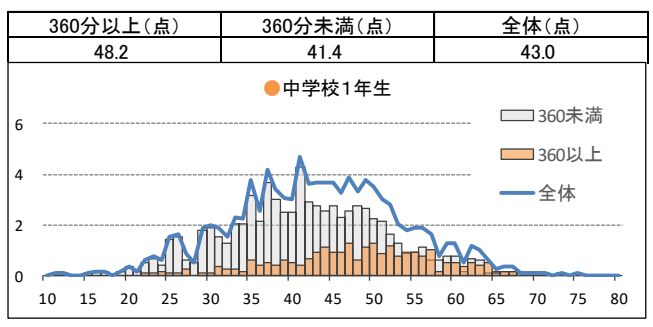
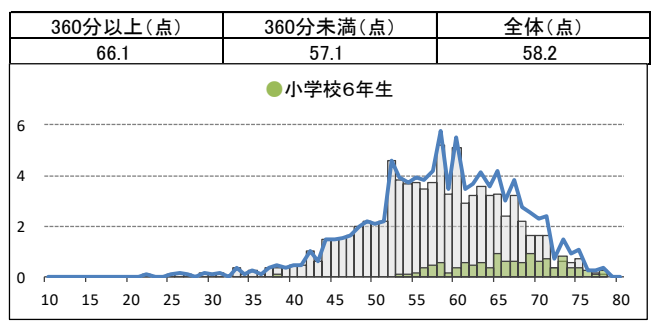
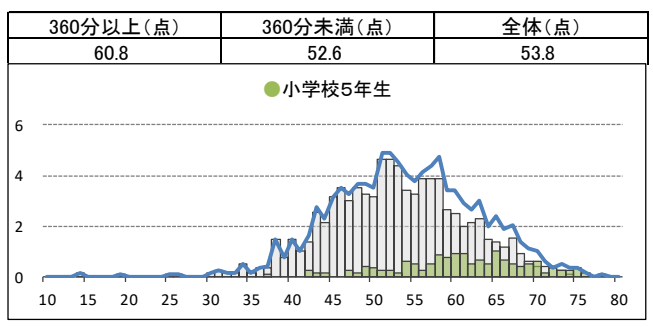
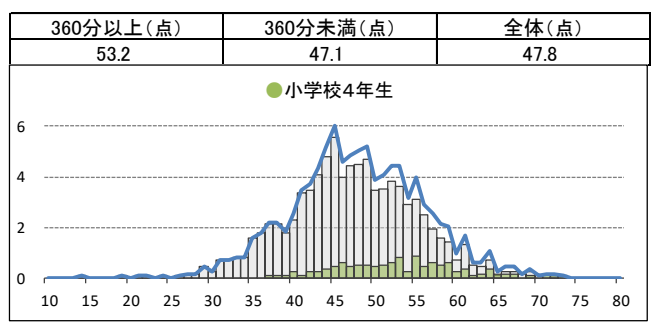
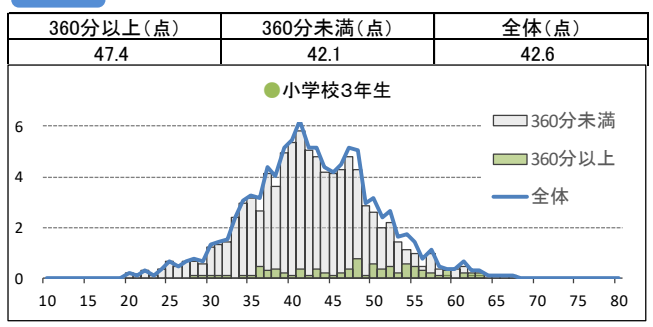
<3> 1週間の総運動時間と体力合計点との関連

男子

※グラフ縦軸の数値の単位は「%」、横軸は「点」



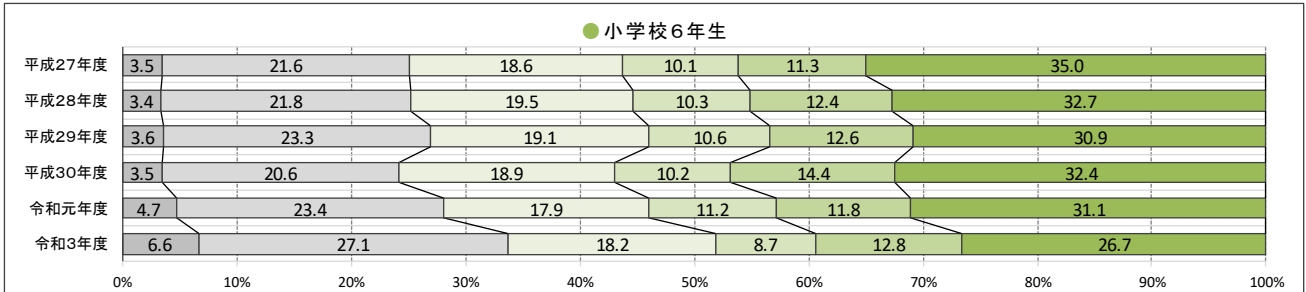
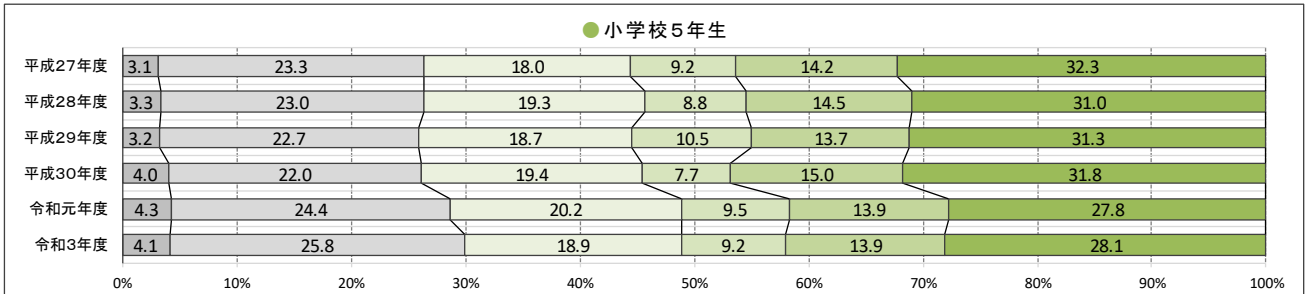
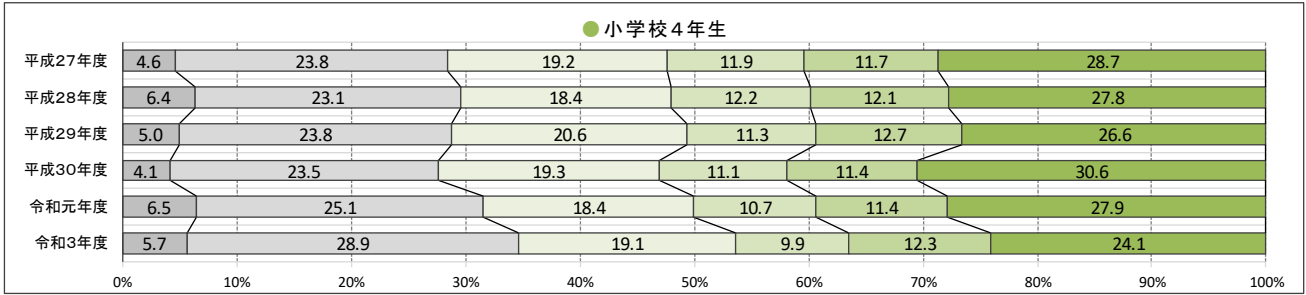
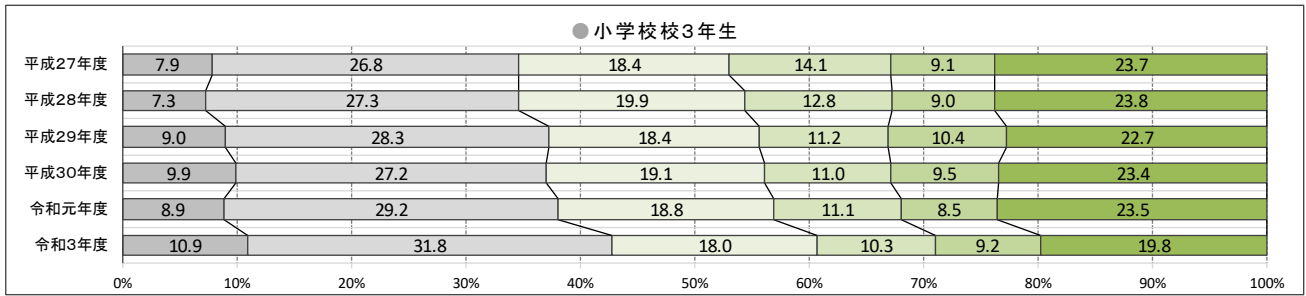
女子



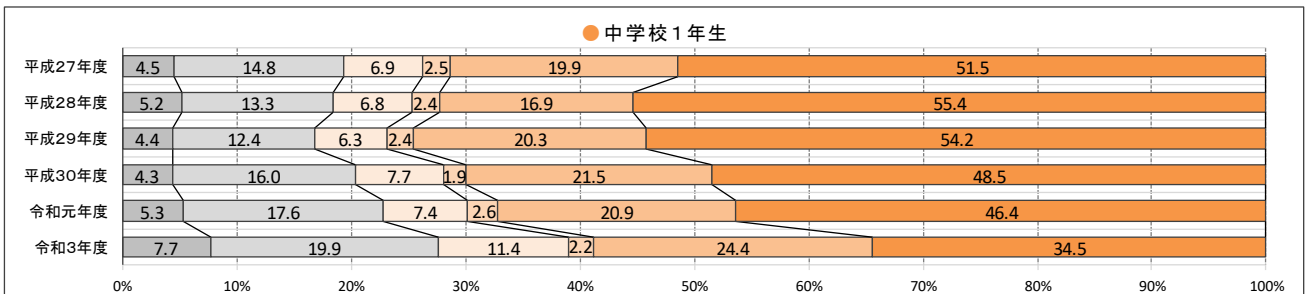
<4> 1週間の総運動時間（経年変化）

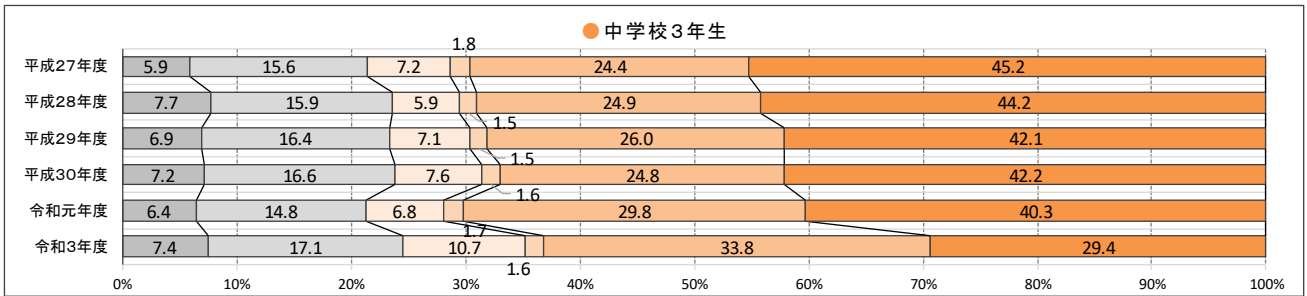
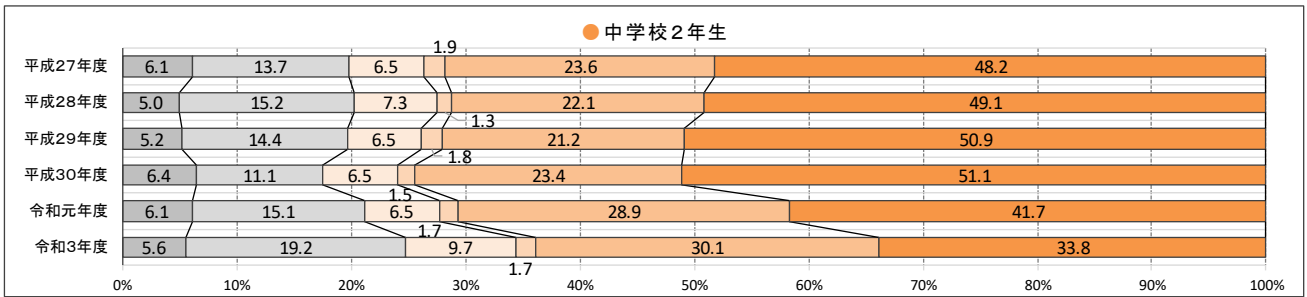
男子

0分 60分未満 60分以上～120分未満 120分以上～180分未満 180分以上～360分未満 360分以上



0分 60分未満 60分以上～120分未満 120分以上～180分未満 180分以上～360分未満 360分以上





女子

□ 0分 □ 60分未満 □ 60分以上~120分未満 □ 120分以上~180分未満 □ 180分以上~360分未満 □ 360分以上

